レンジでかんたん
煮魚じょうず

SH8093
レンジでかんたん煮魚じょうず

取扱説明書

この商品は家庭で調理するために使用するものです。
ご使用の際には取扱説明書をよく読んでから使用してください。不適切な取り扱いは事故につながります。
読んだ後は大切に保管してください。

品質には万全を期しておりますが、万一不具合があった場合には当社お客様サービス係までご連絡ください。

TEL0256(91)－2216　　FAX(0256)91－2217
受付時間　9:30～12:00　13:00～17:00
(土・日・祝日・夏期及び年末年始休日を除く)

発売元
株式会社 ヨシカワ
新潟県西蒲原郡弥彦村大戸企業団地　〒959-0308
TEL (0256) 91-2222
FAX (0256) 91-2211

製造元
株式会社 曙産業

【使用前の準備】

●最初に使用する時は食器用洗剤をつけたスポンジ等で良く洗いすすいでください。
●本体にシールが貼ってある場合は剥がしてから使用してください。

【使用上の注意】

●使用用途以外には使用しないでください。
●オーブン・グリル機能で使用しないでください。
●電子レンジの自動メニュー「あたため」キーは使用しないでください。
●必要以上に加熱しないでください。容器の変形や破損の原因になります。
●加熱後、容器が熱くなっていますので取り出す際は火傷(やけど)に注意してください。
●落下等の強い衝撃を与えないでください。破損の原因になります。
●直火にかけたり火のそばに置かないでください。変形の原因になります。
●変形や破損が生じた場合は使用しないでください。
●容器に煮汁が入らない状態での加熱はしないでください。
●油物が付着した場合はきれいに洗ってから使用してください。また油ものを入れて使用しないでください。
●ターナーは本品専用です。鍋やフライパン等に使用すると変形や変質の原因になります。

【使用後のお手入れ】

●使用後はスポンジ等に食器用洗剤を付けて洗い、水気を拭き取ってください。
●タワシ、又はミガキ粉でみがくとキズがつくことがあります。
●樹脂の特性上、お手入れ後も魚の臭いが残ることがあります。

【煮魚用煮汁の作り方】 1～2切れ用（約100cc）

◇しょうゆベース

醤油	大さじ2杯
酒	大さじ2杯
砂糖	大さじ2杯
水	大さじ2杯

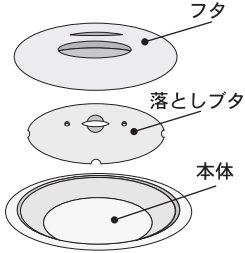
◇みそベース

みそ	大さじ2杯
醤油	大さじ1杯
砂糖	大さじ3杯
酒	大さじ3杯
湯	大さじ3杯

しょうがの薄切　4～5枚

※ボールに分量の調味料を入れてダマのないようによくかき混ぜて溶かしてください。（調味料はお好みにより加減してください。）

【煮魚の作り方】



①本体に煮汁を入れてください。（煮汁が少なすぎるとカラメル状になり本体やフタの変質や変形の原因になることがあります。煮汁の量は100ccを目安にしてください。）

②魚の内蔵や皮は破裂することがありますので、包丁で切れ目を入れるかフォーク等でさす等の下ごしらえをしてください。また加熱ムラを防ぐため大きい骨はできるだけ外してください。冷凍の魚は解凍してください。

③魚の切り身を本体に入れ、落としフタ・フタをします。魚は皿に盛り付けるときに表になる方を下にしてください。

④電子レンジに入れ時間をセットし加熱してください。調理後、中まで加熱されていない場合はさらに30秒程度加熱して様子をみてください。極端に身の厚い魚は途中で裏返してください。また火の通りにくい食材は通りにくい部分を上にした方が効果的です。

⑤煮汁に浸っていない部分は煮汁がしみ込みませんので調理後、魚を返してまんべんなく煮汁を付けてください。

◇加熱時間の目安

魚の切り身	1切れ(100g)	2切れ(200g)
加熱時間(500W)	6分	8分
加熱時間(600W)	5分	6分30秒

※魚の切り身は1切れ100gを基準にしてあります。
※切り身がそれ以下(小さい)場合は加熱時間を短めに、大きい場合は加熱時間を長めに設定してください。(例えば120gの時は２割程度長く80gの場合は２割程度短く時間の調整をしてください。)
※加熱時間はレンジの機種、機能、魚の大きさ種類によって多少異ります。
※一度調理した煮汁は使い回さないでください。煮汁が濃縮して焦げや樹脂の変質の原因になります。

【肉じゃがの作り方】

〜肉じゃが等の煮物にもお使いいただけます。〜

◇材料（2人前）

じゃがいも（中）	1個
にんじん	1/2個
たまねぎ	1/2個
肉	10g

◇煮汁用調味料

醤油	大さじ3杯
酒	大さじ3杯
砂糖	大さじ1杯
湯	大さじ3杯
うまみ調味料	小さじ1/2杯

※調味料はお好みにより加減してください。

①じゃがいも・にんじん・たまねぎをラップで包み100gにつき2分加熱してください。
②本体に調味料を入れ混ぜ合わせます。
③調味料が混ざったら肉を加え、よくほぐします。
④加熱が終わった野菜を適当な大きさに切り③に加わえます。
⑤落としフタ・フタをし6分間加熱します。
⑥レンジから取り出し軽く混ぜ合わせればできあがりです。そのまましばらくおくと味がしみ込みます。